

Cet article a été rédigé par la cavalière internationale Alizée Froment.

Après avoir brillé en Grand Prix CSO avec la ponette Clyde de Mai, elle est aujourd'hui cavalière internationale de dressage.



TRAVAIL A PIED :

Le travail à la longe

Dans la formation de chaque cheval, du débouillage au plus haut niveau, le travail à pied - longe et longues rênes - est primordiale et trop souvent laissé de côté, négligé ou effectué sans grande conviction. C'est pourtant un travail très codifié, offrant de nombreuses possibilités si l'on décide à le faire avec sérieux.

Utilisé pour dresser les jeunes chevaux, les éduquer et les débouiller, le travail à pied doit également être poursuivi dans l'entraînement hebdomadaire de nos montures de concours afin de renforcer leur musculature tout en permettant à leur cavalier de prendre du recul sur la qualité de la locomotion.

Comment utiliser le travail à la longe ? A quel escient ? Quels enrênements et, surtout, quels réglages pour quel cheval ? Telles sont les grandes lignes que nous allons aborder dans ce document avant de voir, le mois prochain, l'utilisation des longues rênes.

1 – Les différents enrênements

Les rênes coulissantes (ou rênes allemandes)

Les rênes coulissantes restent les plus utilisées car elles sont les plus adéquates pour la majorité des chevaux quel que soit leur âge ou leur niveau de dressage. On retrouve trois positions ayant chacune un objectif bien défini :

- Grand angle : idéal pour les jeunes chevaux car elle permet de donner une orientation juste de l'avant main du cheval sans qu'il soit pour autant contraint.

- Triangle supérieur : Plutôt destiné aux chevaux ayant déjà atteint un certain développement physique et pratiquant la discipline du dressage car cette position limite la descente d'encolure et « fige » les chevaux dans un placer que l'on peut qualifier de « haut ».

- Triangle inférieur : Position la plus fréquemment utilisée afin de muscler le dos en douceur. Utilisée pour tous types de chevaux et toutes disciplines, cette position limite la montée d'encolure et privilégie un placer avec une encolure « longue ».

Les rênes fixes et l'élastique.

Les « rênes fixes » sont légèrement différentes des « élastiques » de par leur construction. Ces deux enrênements conviennent à un cheval déjà expérimenté et ont un défaut non négligeable, celui d'inciter les chevaux à s'appuyer sur leur mors. Mal utilisés, ils peuvent provoquer un déséquilibre sur l'avant-main.

Le pessoá

Basé sur le même principe que les rênes coulissantes, il convient également à un grand nombre de chevaux et offre de multiples facettes permettant d'effectuer un travail précis et ciblé.

Le gogue

A utiliser avec précaution car il peut poser le même problème que les rênes fixes chez un cheval possédant naturellement un équilibre sur l'avant-main, à savoir augmenter ce mauvais équilibre.

Le chambon

A utiliser chez les chevaux refusant le contact et ayant tendance à « lâcher la main ». Attention toutefois aux chevaux ayant une tendance à se cabrer afin d'éviter les



risques qu'ils se retournent.

2 – Les aides et leur emploi

Les aides sont primordiales car ce sont elles qui vont permettre au longeur de faire comprendre au cheval ce qu'il attend de lui. Elles sont au nombre de 4 :

La voix

La position du longeur (aide la plus importante. Il existe 3 positions : neutre, en avant afin de stopper le mouvement en avant et en arrière afin, au contraire, de gérer l'impulsion).

La chambrière

La main tenant la longe.

3 – Mode d'emploi

Pour que le cheval puisse comprendre ce que l'on attend de lui, il est important, en premier lieu, d'utiliser les mêmes commandements proférés sur le même ton afin d'obtenir une réponse aux ordres donnés. Le cheval doit donc apprendre à obéir à la voix.

La chambrière quant à elle peut avoir différentes utilisations. Elle peut servir à porter le cheval en avant, à augmenter son allure, à l'éloigner plus ou moins du centre du cercle et, enfin, dans de rares exceptions, à le punir.

Un cheval dressé doit savoir rester calme et régulier sur le cercle, pouvoir effectuer franchement des transitions inter et intra-allures - montantes et descendantes – s'arrêter droit et repartir sur simple indication de la voix, allonger ou rétrécir le cercle selon la liberté de longe accordé.

EQUISSAGE

LEADER MONDIAL
EN MASSAGE ET PHYSIOTHERAPIE

Donnez à vos chevaux les moyens de
vos objectifs. Utilisez Equissage
pour votre plus grand
bénéfice commun

EFFICACE
PRATIQUE
ECONOMIQUE
RENTABLE



ACTION EN
PROFONDEUR
DANS TOUT LE CORPS
PAR VIBRATIONS
ROTATIVES
CYCLOÏDALES



Distritop

42, rue de la Touche
78610 Le Perray en Yvelines

Tél. : +33 (0)607652689

www.equissage.fr

Logique de progression d'une séance de longe (ne jamais dépasser 40 minutes) :

- Habituer progressivement le cheval à l'enrènement
- Ajuster l'enrènement après la détente avec bon sens et de façon symétrique
- Travailler les transitions montantes et descendantes inter et intra-allures

Chez un cheval expérimenté :

- Demander des transitions rapprochées
- Rétrécir et rallonger le cercle en spirale

4 – Intérêt dans le dressage du cheval

Le jeune cheval

La longe est l'un des éléments clés du débouillage car elle permet d'éduquer à la fois à la voix et au désir de se porter en avant (impulsion), tout en établissant une relation de confiance codée entre l'homme et l'animal.

Le cheval confirmé

La longe présente plusieurs avantages. Tout d'abord, elle permet d'observer la morphologie, les allures, la locomotion et le comportement du cheval. Ensuite, elle varie le travail hebdomadaire et permet de travailler aux allures vives tout en minimisant la fatigue. Enfin, chez certains chevaux que l'on peut considérer comme « chauds », elle peut également faire office de détente avant de monter dessus.

5 – Intérêt dans la formation du cavalier

Longer un cheval présente également de nombreux avantages pour le cavalier. C'est un exercice qui apparaît, d'ailleurs, dans le programme fédéral du « galop 6 » ainsi que, à un niveau légèrement plus précis, dans les examens du BPJEPS.

C'est un exercice qui permet tout d'abord d'observer la locomotion du cheval, d'analyser les caractéristiques de ses allures – points faibles/points forts/éventuelles anomalies – d'avoir une référence visuelle du déplacement de sa monture ainsi que de prendre conscience de son attitude général (engagement, incurvation et propulsion).*

6 – La longe à l'obstacle

C'est un exercice réservé à des longeurs confirmés qui doit

être effectué avec des chandeliers spéciaux (plus courts que la normale).

Il permet d'évaluer le style du cheval, de le remettre en confiance, de lui apprendre à se prendre en charge et, surtout, de le gymnastiquer sans qu'il ait le poids ni les interventions du cavalier à gérer.

Logique de progression d'une séance de longe à l'obstacle (ne jamais dépasser 40 minutes).

- Le longeur tient la longe en laissant au cheval une liberté de 2 à 3 mètres et se dirige franchement vers une barre placée à terre qu'il va passer dans les deux sens suivi de son cheval et ce, jusqu'à ce que ce dernier la franchisse sans la moindre hésitation. Une aide peut alors suivre le duo afin de gérer le mouvement en avant.

- Une fois cette première étape franchie, mettre le cheval sur un petit cercle aux trois allures tout en le faisant passer sur la barre à terre. Une fois le cheval suffisamment confiant pour ne plus avoir envie de dérober, agrandir petit à petit le cercle.

- Au fur et à mesure, on élèvera progressivement la barre, le dresseur devant, dans l'idéal, se retrouver placé légèrement à l'arrière de l'obstacle au moment du saut et devant rendre la longe afin de ne pas donner d'à-coup dans la bouche.



7 – Conclusion

Comme nous venons de le voir, la longe est un outil fort utile tant dans la formation d'un jeune cheval que dans le planning hebdomadaire d'un cheval expérimenté. D'abord utilisé pour le débouillage, il permet également d'affiner et de compléter le travail monté et donne au cavalier l'occasion de voir son cheval évoluer aux trois allures tout en créant une relation de confiance entre son cheval et lui. Un exercice à ne pas négliger qui mériterait de retrouver ses lettres de noblesse !